

**SKRIPSI**  
**EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP PENURUNAN**  
**TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI UPT**  
**PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN**



Oleh:

**DAMAY NUGRAHANI PUTRI**  
**NIM 13631313**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**  
**2017**

**SKRIPSI**  
**EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP PENURUNAN**  
**TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI UPT**  
**PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN**

**SKRIPSI**  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)  
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh:

**DAMAY NUGRAHANI PUTRI**  
**NIM 13631313**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**  
**2017**

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Ponorogo, ....., 2017  
Yang Menyatakan,

Damay Nugrahani Putri  
NIM : 13631313



## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIBING


“EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI”  
DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN

**Damay Nugrahani Putri**

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL 24 JULI 2017

Oleh :

Pembimbing I



**SITI MUNAWAROH, S.Kep.Ns.,M.Kep**  
**NIDN.0717107001**

Pembimbing II



**ELMIE MUFTIANA, S.Kep.Ns.,M.Kep**  
**NIDN.0703127602**

Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



**SULISTYO ANDARMOYO, S.Kep.Ns.,M.Kes**  
**NIDN.0715127903**

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini Telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji  
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo  
Pada Tanggal : 1 Agustus 2017

Tim Penguji

tanda tangan

Ketua : Cholik Harun Rosjidi APP., M.Kes. (.....)

Anggota I : Sholihatul Maghfirah, S.kep.Ns. M.Kep (.....)

Anggota II : Siti Munawaroh, S.kep.Ns M.kep (.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

  
**SULISTYO ANDARMOYO, S.Kep.Ns., M.Kes**  
**NIK.1979121520030212**



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayahNya saya dapat menyelesaikan Proposal dengan judul “*Efektivitas Terapi Musik Gamelan Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di UPT PSTW Magetan*”. Proposal ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Drs. H. Sulton., M.Si, Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.Ns.,M.Kes, selaku pejabat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan ijin dalam menyusun dan menyelesaikan proposal ini.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep.Ns., M.Kep, selaku Kaprodi S1 Keperawatan yang telah memberikan kemudahan dalam penyusunan proposal.
4. Siti Munawaroh, S.Kep.Ns.,M.Kep, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan proposal ini.
5. Elmie Muftiana, S.Kep.Ns.,M.Kes, selaku pembimbing II yang juga telah banyak membantu memberikan kritik dan saran serta masukan dalam penyusunan proposal ini.
6. Kepala Panti serta perawat juga telah membantu memberikan tempat untuk penelitian saya Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan
7. Responden penelitian terimakasih sebanyak-banyaknya karena telah membantu peneliti menyelesaikan tugas akhir Skripsi ini.
8. Bapak dan ibu dosen pengajar S1 Keperawatan yang tanpa bosan

memberikan semangat.

9. Bapakku Marjuki, Ibuku Darmini, yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan baik moral maupun materi.
10. Buat suamiku A.Khalim Kambali yang selalau memberikan semangat serta doa dan dukungan yang tak henti.
11. Ayu Nur Indahwati teman penelitian dengan penuh perjuangan. Teman terdekatku, Izma Dyra Saputri, Rida Khoirunisa, Enik Endah Munawaroh, Hermi Angga
12. Rekan-rekan mahasiswa S1 Keperawatan angkatan 2013 atas kerja sama dan motivasinya.

Dalam penulisan ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.



Ponorogo,....., 2017

Penulis,

**DAMAY NUGRAHANI PUTRI**  
**13631313**

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN

Oleh : Damay Nugrahani Putri

Hipertensi primer yaitu hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya. Golongan hipertensi ini terdapat pada lebih dari 92-94% penderita hipertensi. Hipertensi sekunder yaitu hipertensi yang disebabkan oleh penyakit lain. Musik gamelan yaitu musik yang memiliki harmoni yang lambat, warna nada yang konsisten yang dapat menurunkan tekanan darah. Pada Lansia UPT PSTW Magetan terdapat 28 lansia mengalami hipertensi peneliti melakukan pemberian terapi musik untuk penurunan tekanan darah. Terapi Musik merupakan terapi kesehatan untuk meningkatkan atau memperbaiki kondisi fisik, emosi, kognitif, dan sosial bagi individu dari berbagai kalangan usia.

Desain penelitian ini pra-eksperimental dengan *One-group pre-post test design*. Pengambilan sample menggunakan purposive sampling berdasarkan kriteria, menggunakan *uji T paired test* berpasangan. Sebanyak 28 responden diberikan intervensi terapi *musik gamelan* dengan tingkat kemaknaan  $<0.05$ .

Hasil dari penelitian ini diperoleh bahwa rata-rata sistol sebelum diberikan terapi musik 160 mmHg, dan diastol sebelum pemberian terapi musik 98 mmHg. Sedangkan rata-rata sistol sesudah diberikan terapi musik 151 mmHg dan nilai diastol sesudah pemberian terapi musik 83 mmHg. Hasil uji statistik menggunakan uji t berpasangan didapatkan nilai signifikansi *p value* yaitu pada tekanan darah sistol 0,000 dan diastol 0,014. Karena *p value*  $< (0,05)$  disimpulkan  $H_0$  ditolak.

Kesimpulan dapat dinyatakan terapi musik gamelan efektif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi pada lansia di UPT PSTW Magetan. Saran bagi peneliti selanjutnya meneliti tekanan darah menggunakan musik gamelan dan harus di perhatikan dalam melakukan terapi musik sesuai prosedur SOP yang ada.

**Kata Kunci :** *Hipertensi, Terapi Musik Gamelan, Tekanan Darah*



**ABSTRACT**

**THE EFFECTIVENESS OF GAMELAN MUSIC THERAPY IN  
DECREASING BLOOD PRESSURE OF THE ELDERLY WITH  
HYPERTENSION IN THE SOCIAL TRESNA WERDHA MAGETAN  
SERVICES**

**By : Damay Nugrahani Putri**

Primary hypertension is unknown cause hypertension. This type of hypertension is present in more than 92-94% of hypertensive patients. Secondary hypertension is hypertension disebabkan by other diseases. Gamelan music is music that has a slow harmony, a consistent tone color that can lower blood pressure. In Elderly UPT PSTW Magetan there are 28 elderly have hypertension researcher do giving music therapy to decrease blood pressure. Music Therapy is a health therapy to improve or improve the physical, emotional, cognitive, and social conditions for individuals of all ages.

The study design was pre-experimental with One-group pre-post design. The samples used purposive sampling based on the criterion, using paired test T test. A total of 28 respondents were given gamelan music therapy intervention with significance level  $<0,05$ .

The result of this study obtained that the average systol before music therapy given 160 mmHg, and diastole before the therapy of 98 mmHg music. While the average systol after being given music therapy 151 mmHg and diastole value after the music therapy 83 mmHg. The result of statistical test using t-test showed that the value of p value is systol 0,000 and diastole 0,014 since p value  $<(0,05)$   $H_0$  is rejected.

Conclusion can be expressed gamelan music therapy effective against the decrease in blood pressure in elderly with hypertension in elderly in UPT PSTW Magetan. Suggestion for the researcher further researching blood pressure using gamelan music and must be observed in doing music therapy according to SOP procedure.

***Key Words : Hypertension, Gamelan Music Therapy, Blood Pressure***

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL DEPAN .....	i
HALAMAN JUDUL DALAM .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK ..	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum .....	7
1.3.2 Tujuan Khusus .....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis .....	8
1.5 Keaslian penelitian .....	8
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Lanjut Usia.....	12
2.1.1 Pengertian Lanjut Usia.....	12
2.1.2 Batasan Umur Lanjut Usia.....	12
2.1.3 Teori Penuan .....	13
2.1.4 Perubahan Fisik dan Psikososial pada Lansia.....	15
2.2 Konsep Tekanan Darah Pada Lansia .....	19
2.2.1 Definisi Tekanan Darah .....	19

2.2.2 Faktor yang mempertahankan Tekan Darah .....	21
2.2.3 Tekanan Darah Normal .....	21
2.3 Hipertensi Pada Lansia .....	22
2.3.1 Definisi Hipertensi .....	22
2.3.2 Klasifikasi Hipertensi .....	23
2.3.3 Etiologi.....	23
2.3.4 Faktor Resiko Hipertensi .....	25
2.3.5 Mekanisme Terjadinya Hipertensi Pada Lansia.....	30
2.3.6 Gejala Klinis Hipertensi Pada Lansia .....	31
2.3.7 Penatalaksanaan Hipertensi .....	31
2.4 KonsepTerapi Musik.....	35
2.4.1 Pengertian Terapi Musik .....	35
2.4.2 Jenis Terapi Musik .....	37
2.4.3 Manfaat Terapi Musik.....	38
2.4.4 Klasifikasi Musik .....	40
2.4.5 Prosedur Terapi Musik .....	43
2.4.6 Hal-Hal yang Perlu Diperhatikan dalam Terapi Musik .....	45
2.4.7 Musik Gamelan.....	45
2.5 Kerangka Teori .....	46
<b>BAB 3 KERANGKAKONSEPTUAL DAN HIPOTESAPENELITIAN</b>	
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	49
3.2 Hipotesis Penelitian .....	52
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN</b>	
4.1 Desain Penelitian .....	53
4.2 Kerangka Operasional.....	54
4.3 Poulasi, Sampel, Sampling .....	55
4.3.1 Populasi.....	55
4.3.2 Sampel dan Besar Sampel.....	56
4.3.3 Besar Sampel .....	56
4.4 Variabel Penelitian .....	57
4.4.1 Variable Independen.....	57
4.4.2 Variabel Independen.....	57

4.4.3 Devinisi Operasional .....	57
4.5 Instrument Penelitian .....	58
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian Data .....	59
4.7 Prosedur Pengumpulan Data .....	59
4.8 Analisa Data .....	60
4.9Etika Penelitian .....	61
4.9.1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	61
4.9.2 Anonimiti.....	61
4.9.3 Kerahasiaan .....	62
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	
5.1 Hasil Penelitian .....	63
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	63
5.1.2 Keterbatasan Penelitian.....	64
5.1.3 Hasil Penelitian .....	65
5.2 Pembahasan .....	73
5.2.1 Rata-Rata Tekanan Darah Lansia di UPT PSWT Magetan Sebelum Dilakukan Terapi Musik Gamelan .....	73
5.2.2 Rata-Rata Tekanan Darah Lansia Di UPT PSWT Magetan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Gamelan .....	75
5.2.3 Efektifitas Terapi Musik Gamelan Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di UPT PSWT Magetan .....	76
<b>BAB 6 KESIMPULAN dan SARAN .....</b>	
6.1 Kesimpulan .....	80
6.2 Saran.....	81
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	83
<b>LAMPIRAN.....</b>	87

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tekanan Darah Normal.....	22
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi .....	23
Tabel 2.3 Faktor Hipertensi .....	25
Tabel 4.1 Desain Peneliti.....	53
Tabel 4.2 Definisi Operasional .....	57
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	65
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia .....	65
Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Sebelum di Panti .....	66
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Merokok.....	66
Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Keturunan Hipertensi .....	67
Tabel 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Lama tinggal di Panti.....	67
Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Obat .....	68
Tabel 5.8 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Makanan Asin .....	68
Tabel 5.9 Distribusi Responden Berdasarkan Olahraga.....	69
Tabel 5.10 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Tidur .....	69
Tabel 5.11 Penurunan Tekanan Darah Sistol Pre dan Post Terapi Musik .....	70
Tabel 5.12 Penurunan Tekanan Darah Diastol Pre dan Post Terapi Musik.....	72



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.5 Kerangka Teori.....	46
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual.....	49
Gambar 4.2 Kerangka Operasional.....	54



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	87
Lampiran 2 Lembar Permohonan Responden.....	88
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden.....	89
Lampiran 4 Lembar Observasi.....	90
Lampiran 5 Lembar Data .....	91
Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur (Sop) Pengukuran Tekanan Darah	93
Lampiran 7 Standar Operasional Prosedur (Sop) Terapi Musik .....	94
Lampiran 8 Perbedaan Tekanan Darah .....	95
Lampiran 9 Hasil Tekanan Darah .....	96
Lampiran 10 Hasil SPSS .....	97
Lampiran 11 ROW Data .....	98
Lampiran 12 Tabulasi Silang .....	100
Lampiran 13 Surat Keterangan Izin Penelitian.....	123
Lampiran 14 Surat Permohonan Izin Penelitian .....	124
Lampiran 15 Buku Bimbingan .....	125